

## Curso de Felicidad Organizacional





**Elige aprender en la escuela  
líder en formación para profesionales**

# ÍNDICE

**1 |** Somos INESEM

**4 |** By EDUCA  
EDTECH  
Group

**7 |** Programa  
Formativo

**2 |** Rankings

**5 |** Metodología  
LXP

**8 |** Temario

**3 |** Alianzas y  
acreditaciones

**6 |** Razones por las  
que elegir  
Inesem

**9 |** Contacto

[Ver en la web](#)

## SOMOS INESEM

---

INESEM es una **Business School online** especializada con un fuerte sentido transformacional. En un mundo cambiante donde la tecnología se desarrolla a un ritmo vertiginoso nosotros somos activos, evolucionamos y damos respuestas a estas situaciones.

Apostamos por **aplicar la innovación tecnológica a todos los niveles en los que se produce la transmisión de conocimiento**. Formamos a profesionales altamente capacitados para los trabajos más demandados en el mercado laboral; profesionales innovadores, emprendedores, analíticos, con habilidades directivas y con una capacidad de añadir valor, no solo a las empresas en las que estén trabajando, sino también a la sociedad. Y todo esto lo podemos realizar con una base sólida sostenida por nuestros objetivos y valores.

Más de  
**18**  
años de  
experiencia

Más de  
**300k**  
estudiantes  
formados

Más de un  
**90%**  
tasa de  
empleabilidad

Hasta un  
**100%**  
de financiación

Hasta un  
**50%**  
de los estudiantes  
repite

Hasta un  
**25%**  
de estudiantes  
internacionales

[Ver en la web](#)



A way to learn, a way to grow  
**Elige Inesem**



**QS, sello de excelencia académica**  
Inesem: 5 estrellas en educación online

## RANKINGS DE INESEM

INESEM Business School ha obtenido reconocimiento tanto a nivel nacional como internacional debido a su firme compromiso con la innovación y el cambio.

Para evaluar su posición en estos rankings, se consideran diversos indicadores que incluyen la percepción online y offline, la excelencia de la institución, su compromiso social, su enfoque en la innovación educativa y el perfil de su personal académico.



[Ver en la web](#)

## ALIANZAS Y ACREDITACIONES

---

### Relaciones institucionales



### Relaciones internacionales



### Acreditaciones y Certificaciones



[Ver en la web](#)

## BY EDUCA EDTECH

---

Inesem es una marca avalada por **EDUCA EDTECH Group**, que está compuesto por un conjunto de experimentadas y reconocidas **instituciones educativas de formación online**. Todas las entidades que lo forman comparten la misión de **democratizar el acceso a la educación** y apuestan por la transferencia de conocimiento, por el desarrollo tecnológico y por la investigación.



### ONLINE EDUCATION

---



[Ver en la web](#)



# METODOLOGÍA LXP

La metodología **EDUCA LXP** permite una experiencia mejorada de aprendizaje integrando la AI en los procesos de e-learning, a través de modelos predictivos altamente personalizados, derivados del estudio de necesidades detectadas en la interacción del alumnado con sus entornos virtuales.

EDUCA LXP es fruto de la **Transferencia de Resultados de Investigación** de varios proyectos multidisciplinares de I+D+i, con participación de distintas Universidades Internacionales que apuestan por la transferencia de conocimientos, desarrollo tecnológico e investigación.



## 1. Flexibilidad

Aprendizaje 100% online y flexible, que permite al alumnado estudiar donde, cuando y como quiera.



## 2. Accesibilidad

Cercanía y comprensión. Democratizando el acceso a la educación trabajando para que todas las personas tengan la oportunidad de seguir formándose.



## 3. Personalización

Itinerarios formativos individualizados y adaptados a las necesidades de cada estudiante.



## 4. Acompañamiento / Seguimiento docente

Orientación académica por parte de un equipo docente especialista en su área de conocimiento, que aboga por la calidad educativa adaptando los procesos a las necesidades del mercado laboral.



## 5. Innovación

Desarrollos tecnológicos en permanente evolución impulsados por la AI mediante Learning Experience Platform.



## 6. Excelencia educativa

Enfoque didáctico orientado al trabajo por competencias, que favorece un aprendizaje práctico y significativo, garantizando el desarrollo profesional.



Programas  
**PROPIOS**  
**UNIVERSITARIOS**  
**OFICIALES**

## RAZONES POR LAS QUE ELEGIR INESEM

---

### 1. Nuestra Experiencia

- ✓ Más de 18 años de experiencia.
- ✓ Más de 300.000 alumnos ya se han formado en nuestras aulas virtuales
- ✓ Alumnos de los 5 continentes.
- ✓ 25% de alumnos internacionales.
- ✓ 97% de satisfacción
- ✓ 100% lo recomiendan.
- ✓ Más de la mitad ha vuelto a estudiar en Inesem.

### 2. Nuestro Equipo

En la actualidad, Inesem cuenta con un equipo humano formado por más **400 profesionales**. Nuestro personal se encuentra sólidamente enmarcado en una estructura que facilita la mayor calidad en la atención al alumnado.

### 3. Nuestra Metodología

#### 100% ONLINE



Estudia cuando y desde donde quieras. Accede al campus virtual desde cualquier dispositivo.

#### APRENDIZAJE



Pretendemos que los nuevos conocimientos se incorporen de forma sustantiva en la estructura cognitiva

#### EQUIPO DOCENTE



Inesem cuenta con un equipo de profesionales que harán de tu estudio una experiencia de alta calidad educativa.



#### NO ESTARÁS SOLO

Acompañamiento por parte del equipo de tutorización durante toda tu experiencia como estudiante

[Ver en la web](#)

## 4. Calidad AENOR

- ✓ Somos Agencia de Colaboración N°99000000169 autorizada por el Ministerio de Empleo y Seguridad Social.
- ✓ Se llevan a cabo auditorías externas anuales que garantizan la máxima calidad AENOR.
- ✓ Nuestros procesos de enseñanza están certificados por AENOR por la ISO 9001.



## 5. Somos distribuidores de formación

Como parte de su infraestructura y como muestra de su constante expansión Euroinnova incluye dentro de su organización una **editorial** y una **imprenta digital industrial**.

[Ver en la web](#)

## Curso de Felicidad Organizacional



**DURACIÓN**  
200 horas



**MODALIDAD**  
ONLINE



**ACOMPAÑAMIENTO**  
PERSONALIZADO

### Titulación

Titulación Expedida y Avalada por el Instituto Europeo de Estudios Empresariales. "Enseñanza No Oficial y No Conducente a la Obtención de un Título con Carácter Oficial o Certificado de Profesionalidad."



#### INESEM BUSINESS SCHOOL

como centro acreditado para la impartición de acciones formativas  
expide el presente título propio

#### NOMBRE DEL ALUMNO/A

con número de documento XXXXXXXX ha superado los estudios correspondientes de

#### NOMBRE DEL CURSO

con una duración de XXX horas, perteneciente al Plan de Formación de Inesem Business School.  
Y para que surta los efectos pertinentes queda registrado con número de expediente XXXX/XXXX-XXXX-XXXX.

Con una calificación XXXXXXXXXXXXXXXX.

Y para que conste expedido la presente titulación en Granada, a (día) de (mes) del (año).

NOMBRE ALUMNO/A  
Firma del Alumno/a

NOMBRE DE ÁREA MANAGER  
La Dirección Académica



Con Estatuto Consultivo, Categoría Especial del Consejo Económico y Social de la UNESCO (Nº resolución 4046)

[Ver en la web](#)

## Descripción

---

Gracias a este en Curso de Felicidad Organizacional podrás comprender el concepto de Psicología positiva y como funciona, sus distintas formas. Es importante que conozcas el concepto para saber que técnicas serán las más adecuadas para buscar el bienestar en tu empresa. Un análisis llevado a cabo por AMAT (Asociación Española de Especialistas en Medicina del Trabajo ), menciona que se pierden más de 25.000 millones de euros al año por el estrés y el absentismo laboral, con este curso tendrás las herramientas adecuadas para crear un ambiente laboral idóneo en la empresa, creando un compromiso entre los trabajadores donde se impliquen con su empresa para sacar un mejor rendimiento, conocer también la motivación del entorno laboral y el compromiso dentro de los equipos de trabajo y como crearlo.

## Objetivos

---

- Entender la definición de psicología positiva.
- Saber cuáles son las técnicas empleadas en psicología positiva.
- Comprender como funciona en situaciones adversas la psicología positiva.
- Conocer el concepto de felicidad en el trabajo.
- Motivar los equipos de trabajo creando compromiso laboral.

## Para qué te prepara

---

Este Curso de Felicidad Organizacional va dirigido a los trabajadores de la empresa como puede ser empresario, autónomo, pero principalmente al personal de recursos humanos ya sea de una gran empresa o una pyme que desarrollando estas habilidades en tu empresa podrás sacar el máximo rendimiento creando un ambiente laboral estable.

## A quién va dirigido

---

Con este Curso de Felicidad Organizacional estarás preparado para obtener o mejorar capacidades que te serán útiles en tu empresa como puede ser crear un ambiente donde los trabajadores se sientan seguros y su compromiso se refleje con la organización donde los trabajadores no se sientan estresados o quemados por el llamado burnout, como consecuencia se vera reflejado en la productividad de la empresa sacando el mejor rendimiento.

## Salidas laborales

---

Las salidas profesionales de este Curso de Felicidad Organizacional podrás utilizar las herramientas que te da el curso como orientador del departamento de recursos humanos para la gestión de talento

[Ver en la web](#)

en la empresa, como personal de selección de personal y como cualquier trabajador del área de recursos humanos que desee mejorar sus aptitudes para obtener mejores resultados.

[Ver en la web](#)

## TEMARIO

---

### UNIDAD DIDÁCTICA 1. INTRODUCCIÓN A LA PSICOLOGÍA POSITIVA

1. Concepto de psicología
2. Nociones básicas de psicología
3. Formas de la conducta y de la conciencia
4. Mecanismos de defensa de la personalidad
5. Psicología positiva

### UNIDAD DIDÁCTICA 2. TÉCNICAS EMPLEADAS EN PSICOLOGÍA POSITIVA. EN BUSCA DEL BIENESTAR

1. La personalidad
2. Técnicas psicológicas para la búsqueda del bienestar
3. Mindfulness
4. Alcanzar un estado de calma. La relajación

### UNIDAD DIDÁCTICA 3. LA PSICOLOGÍA POSITIVA EN SITUACIONES ADVERSAS

1. Terapia racional emotiva: Modelo A-B- C
2. Apoyo psicológico en situaciones de tensión
3. Apoyo psicológico en situaciones de agresividad
4. Apoyo psicológico en situaciones de ansiedad y angustia
5. Técnicas de ayuda psicológica
6. ¿Qué es el Counseling?
7. Duelo

### UNIDAD DIDÁCTICA 4. LA COMUNICACIÓN Y HABILIDADES SOCIALES EN PSICOLOGÍA POSITIVA

1. Habilidades sociales y de comunicación
2. ¿Cuáles son las habilidades sociales y de comunicación?
3. Cómo se desarrollan las habilidades sociales
4. Resiliencia: aprendiendo a superar los problemas
5. Escucha activa
6. Resolución de conflictos

### UNIDAD DIDÁCTICA 5. LA FELICIDAD EN EL TRABAJO

1. ¿Vives para trabajar?
2. ¡Fuera miedos laborales!
3. ¡Eliminemos el Burnout!
4. Salario emocional
5. Políticas de felicidad
6. ¡Ser feliz trabajando depende de ti!

### UNIDAD DIDÁCTICA 6. MOTIVACIÓN EN EL ENTORNO LABORAL: LA FELICIDAD EN EL TRABAJO

1. La Motivación en el entorno laboral
2. Teorías sobre la motivación laboral
3. El líder motivador
4. La satisfacción laboral

**UNIDAD DIDÁCTICA 7. LA CULTURA EMPRESARIAL Y LA FELICIDAD**

1. Cultura empresarial
2. Cultura innovadora
3. ¿Qué es el happyshifting?

**UNIDAD DIDÁCTICA 8. EL COMPROMISO DENTRO DE LOS EQUIPOS, ¿CÓMO CONSTRUIRLO?**

1. Compromiso, valor clave de los equipos de trabajo
2. Generar compromiso entre los trabajadores
3. Cómo movilizar y mantener el compromiso

**UNIDAD DIDÁCTICA 9. EL ESTRÉS LABORAL**

1. El estrés
2. El estrés laboral como principal riesgo psicosocial
3. Consecuencias del estrés
4. Estresores laborales
5. Consecuencias del estrés para la empresa

**UNIDAD DIDÁCTICA 10. EL ESTRÉS Y LA GESTIÓN DEL TIEMPO**

1. Gestiona el tiempo de forma eficaz
2. Los ladrones del tiempo: imprevistos, distracciones, interrupciones

## Solicita información sin compromiso

**¡Matricularme ya!**

### Teléfonos de contacto

 +34 958 050 240

### ¡Encuéntranos aquí!

Edificio Educa Edtech

Camino de la Torrecilla N.º 30 EDIFICIO EDUCA EDTECH,  
Oficina 34, C.P. 18200, Maracena (Granada)

 [formacion.continua@inesem.es](mailto:formacion.continua@inesem.es)

 [www.formacioncontinua.eu](http://www.formacioncontinua.eu)

### Horario atención al cliente

Lunes a Jueves: 09:00 a 20:00

Viernes: 9:00 a 14:00

[Ver en la web](#)



**inesem**  
formación continua

 By  
**EDUCA EDTECH**  
Group